

Meu Super

Ficar atento aos produtos da marca Continente!

De 28 de Maio a 6 de Junho de 2026



€ 2,19 QUEIJO VACA CASTELOES
FATIAS
EMB. 200 G
10,95€/KG
UNID.



APENAS € 7,99 QUEIJO FLAMENGO GRESSO
BARRA
KG



€ 0,89 LEITE UHT MIMOSA
MEIO GORDO/ MAGRO
EMB. 1 L
UNID.



€ 2,19 MANTEIGA MIMOSA
C/ SAL/ S/ SAL
EMB. 250 G
8,76€/KG
UNID.



€ 3,59 ERVILHAS IGLO
ULTRACONGELADAS
EMB. 700 G
5,13€/KG
UNID.



APENAS € 0,75 ESPARGUETE MILANEZA
EMB. 500 G
1,50€/KG
UNID.



APENAS € 1,19 ATUM BOM PETISCO
EM OLEO
EMB. 70 G
15,26€/KG
UNID.



APENAS € 1,29 ATUM EM POSTA BOM PETISCO
NATURAL
EMB. 84 G
15,36€/KG
UNID.



€ 5,40 REFRIGERANTE C/ GÁS BRISA
MAÇÃ/ MARACUJÁ
+ 0,40€ VALOR DEPÓSITO
EMB. 4 X 1 L
UNID.



APENAS € 1,19 CERVEJA C/ÁLCOOL CORAL
+0,10€ VALOR DEPÓSITO
LATA BRANCA
EMB. 50 CL
2,39€/L
UNID.



APENAS € 2,99 PASTA/ ESCOVA DENTÍFICA COLGATE
ORIGINAL/ BRANQUEADORA/
CARVÃO/ 360° EXPERT WHITE
EMB. 75 ML/ 1 UNID.
39,87€/L
UNID.



€ 2,99 DETERGENTE MANUAL FAIRY
ORIGINAL/ LIMÃO
EMB. 654 ML
4,57€/L
UNID.



Frescos



€ 2,89 NOZ/ CAJU CRU CONTINENTE
METADES
EMB. 200 G
14,45€/KG
UND.



APENAS € 1,49 QUEIJO RALADO MOZZARELLA CAMPAINHA
EMB. 150 G
9,93€/KG
UND.



€ 1,39 MINI STICK FUET/ PERU/ PROTEINA CAMPOFRIO
EMB. 50 G
27,80€/KG
UND.



€ 0,99 MASSA FOLHADA/ QUEBRADA / PIZZA CONTINENTE
EMB. 230 G/ 280 G
4,30€/KG/ 3,54€/KG
UND.

Laticínios e Congelados



€ 0,88 LEITE UHT NOVA AÇORES
MEIO GORDO/ MÁGICO
EMB. 1 L
UND.



€ 1,60 LEITE C/ CHOCOLATE AGROS
EMB. 4 X 200 ML
2€/L
UND.



€ 2,96 CREME P/ BARRAR PLANTA
ORIGINAL/ SABOR A MANTEIGA
EMB. 400 G
7,40€/KG
UND.



APENAS € 1,99 IOGURTE LÍQUIDO YOGGI
VÁRIOS AROMAS
EMB. 4 X 160 G
3,11€/KG
UND.



APENAS € 2,99 NUGGETS CAPITÃO IGLO
FRANGO
EMB. 208 G
14,38€/KG
UND.



APENAS € 5,99 HAMBÚRGUERES S/ GLUTEN CAPITÃO IGLO
VACA
EMB. 320 G
18,72€/KG
UND.



APENAS € 7,89 FILETE PESCADA PANADO PESCANOVA
S/ GLUTEN
EMB. 1 KG
UND.



APENAS € 2,99 GELADO OLÁ
PERNA DE PAU ORIGINAL/ CONE
EMB. 6 X 70 ML/ 4 X 90 ML
0,50€/UND/ 0,75€/UND
UND.

Mercearia



APENAS € 2,09

ÓLEO GIRASSOL FULA
PURO
EMB. 1 L
UND.



APENAS € 5,69

AZEITE VIRGEM EXTRA OLIVEIRA DA SERRA
CLASSICO
PET
EMB. 75 CL
7,59€/L
UND.



APENAS € 4,69

AZEITE GALLO
SUBTIL
EMB. 0,75 L
6,25€/L
UND.



€ 1,35 ARROZ AGULHA PATO REAL
EMB. 1 KG
UND.



APENAS € 1,67 SALSICHAS NOBRE
FRANKFURT
10 UNIDADES
EMB. 250 G
6,68€/KG
UND.



APENAS € 2,79 FILETE DE ATUM EM AZEITE TENÓRIO
BIOLÓGICO
EMB. 78 G
35,77€/KG
UND.



€ 1,69 BATATA FRITA RUFFLES
ORIGINAL / ASSADO ARGENTINO
EMB. 125 G/ 140 G
13,52€/KG/ 12,07€/KG
UND.



€ 1,69 BATATA FRITA LAY'S
CHOURICO ASSADO
EMB. 140 G
12,07€/KG
UND.



Mercearia



APENAS
€ 2.85
 CHOCOLATE P/ CULINÁRIA NESTLÉ
 44% CACAU
 EMB: 200 G
 14,25€/KG UNID.



APENAS
€ 2.29
 CEREAIS CHOCAPIC
 CHOCOLATE
 EMB: 375 G
 6,11€/KG UNID.



APENAS
€ 2.24
 FARINHA PENSAL
 C/CACAU
 EMB: 250 G
 8,96€/KG UNID.



APENAS
€ 0.65
 SAQUETAS DE FRUTA NESTLÉ
 MAÇA BANANA AVEIA/ & CENOURA MANGA
 EMB: 90 G
 7,22€/KG UNID.



APENAS
€ 0.99
 SNACK CHOCOLATE MALTESERS/ M&M'S/ TWIX/ SNICKERS/ MARS/ BOUNTY
 VARIAS REFERENCIAS
 EMB: 37/ 45/ 46/ 50/ 51/ 57G
 26,76€/ 22€/ 21,52€/ 19,80€/ 19,41€/ 17,37€/KG UNID.



APENAS
€ 2.79
 BEBIDA CEREAL BOLERO
 EMB: 200 G
 13,95€/KG UNID.

Capítulo fica a 0,32€



APENAS
€ 3.19
 CÁPSULAS DE CAFÉ BUONDI
 ORIGINAL/ RISTRETTO/ INTENSO/ EXTREME/ ENCORPADO/ DESCAFENADO
 EMB: 10 CÁPSULAS
 0,32€/CÁPSULA UNID.

Capítulo fica a 0,35€



€ 10.49
 CÁPSULAS DE CAFÉ DOÇE GUSTO
 BUONDI INTENSO/ BUONDI SICAL
 EMB: 30 CÁPSULAS
 0,35€/CÁPSULA UNID.

Bebidas



€ 1.86
 ÁGUA S/GÁS LUSO
 EMB: 5.4 L
 0,34€/L UNID.



APENAS
€ 2.95
 ÁGUA C/ GÁS NATURAL PEDRAS SALGADAS
 TARA PERDIDA
 EMB: 6 X 33 CL
 1,49€/L UNID.



€ 1.49
 SUMO 100% COMPAL
 MAÇA/ MULTIFRUTOS/ MANGA
 EMB: 1 L UNID.



€ 4.32
 REFRIGERANTE C/ GÁS FANTA/ SPRITE
 VÁRIOS SABORES
 +0.60€ VALOR DEPÓSITO
 EMB: 6 X 33 CL
 2,18€/L UNID.



APENAS
€ 1.65
 ÁGUA TÓNICA SCHWEPES
 ORIGINAL
 +0.10€ VALOR DEPÓSITO
 GARRAFA: 1 L UNID.



APENAS
€ 1.27
 BEBIDA ISOTÓNICA POWERADE
 ICE STORM/ ORANGE
 +0.10€ VALOR DEPÓSITO
 GARRAFA: 50 CL
 2,54€/L UNID.



€ 2.27
 CERVEJA C/ ÁLCOOL SUPER BOCK
 TARA PERDIDA
 GARRAFA: 1 L UNID.



APENAS
€ 11.49
 CERVEJA C/ÁLCOOL CORAL
 TARA RETORNÁVEL (ACRESCE AO PREÇO 1.68€)
 EMB: 24 X 20 CL
 2,39€/L UNID.



€ 5.19
 VINHO NORDESTE
 TINTO/ BRANCO
 EMB: 5 L
 1,04€/L UNID.



APENAS
€ 2.99
 VINHO FIUZZA
 3 CASTAS TEJO, TINTO/ BRANCO
 GARRAFA: 75 CL
 3,99€/L UNID.



APENAS
€ 3.69
 VINHO BSE
 PENÍNSULA DE SETÚBAL
 BRANCO
 GARRAFA: 75 CL
 4,92€/L UNID.



APENAS
€ 3.99
 VINHO DONA ERMELINDA
 TINTO/ PALMELA, BRANCO/ ROSÉ
 GARRAFA: 75 CL
 5,32€/L UNID.

Bebidas



APENAS
€ 3.99
COCKTAIL
**CASAL GARCIA
FRUITZY**
VÁRIOS SABORES
GARRAFA: 75 CL
5,32€/L
UND.



APENAS
€ 15.83
GIN
BEEFEATER
GARRAFA: 70 CL
22,61€/L
UND.



APENAS
€ 14.39
WHISKY
J&B
RARE
GARRAFA: 70 CL
20,56€/L
UND.



€ 18.69
WHISKY
GRANT'S
GARRAFA: 1 L
UND.

Higiene e Limpeza do Lar



€ 0.98
TOALHITAS
DODOT
BÁSICO
EMB: 54 UND
0,02€/UND



€ 2.80
PENSOS HIGIÉNICOS
**LIBERTY
EVAX**
C/ 8 S/ ABAS
NORMAL/ SUPER/ NOITE
EMB: 12/ 10/ 9 UND
0,23€/UND/ 0,28€/UND/
0,31€/UND



APENAS
€ 3.70
CHAMPÔ
PANTENE
CLASSICO/ REPARA E PROTEGE/
CARACÓIS PERFEITOS/ SUAVE E LISO
EMB: 325 ML
11,38€/L
UND.



APENAS
€ 3.99
CHAMPÔ/
CONDICIONADOR
ELVIVE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 400 ML/ 300 ML
9,98€/L/ 13,30€/L
UND.



APENAS
€ 4.37
GEL DE BANHO
NIVEA
CREME SMOOTH/ ALOÉ
EMB: 750 ML
5,83€/L
UND.



APENAS
€ 3.59
SABONETE SÓLIDO
PALMOLIVE
NATURALS
INDULGING DELIGHT/ MOISTURE CARE/
DELICATE CARE
EMB: 4 X 90 G
9,97€/KG
UND.



APENAS
€ 3.24
DESODORIZANTE ROLL
ON/ STICK/ SPRAY
DOVE
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 50 ML/ 150 ML
64,80€/L/ 21,60€/L
UND.

oferta incluída
na embalagem



APENAS
€ 11.99
LÂMINAS DESCARTÁVEIS
GILLETTE
BLUE3
SMOOTH
EMB: 14 + 2UND
0,86€/UND
UND.



APENAS
€ 2.49
SPRAY MULTISUPERFÍCIES
CILLIT BANG
BOLOR/ LIXÍVIA/ WC/ VIDROS
EMB: 500 ML
4,98€/L
UND.



APENAS
€ 2.15
SPRAY LIMPA VIDROS
AJAX
ANTI-EMBAÇAMENTO
CRISTAL/ TRÍPLA AÇÃO
EMB: 500 ML
4,30€/L
UND.



APENAS
€ 3.09
LIXÍVIA
NEOBLANC
TRADICIONAL
EMB: 4 L
0,77€/L
UND.



APENAS
€ 9.99
DETERGENTE PÓ/
LÍQUIDO MÁQUINA
ROUPA
SKIP
VÁRIAS REFERÊNCIAS
EMB: 44 DOSES/ 56 DOSES
0,23€/DOSE/ 0,18€/DOSE
UND.



APENAS
€ 3.99
AMACIADOR
CONCENTRADO
COMFORT
CREATIONS
JASMIM & MIRTLO/ LÍRIOS &
MORANGO/ ANGÉLICAS & FLOR DE
BAUNILHA
EMB: 82 DOSES
0,05€/DOSE
UND.



APENAS
€ 2.99
ROLOS COZINHA/
PAPEL HIGIÉNICO
FOXY
MEGA/ SEDA 3 FOLHAS
EMB: 2 ROLOS/ 4 + 2 ROLOS
1,50€/ROLO/ 0,75€/ROLO
UND.



APENAS
€ 2.24
ALIMENTO HÚMIDO P/
GATO
WHISKAS
PEIXE/ CARNE/ AVES/ SENIOR AVES/
TASTY CHEF/ COUNTRY
EMB: 4 X 85 G
6,59€/KG
UND.

Petcare



APENAS
€ 7.99
ALIMENTO SECO
P/CÃO
PURINA ONE MINI
MINI ADULTO/ ACTIVE/ JUNIOR
FRANGO
EMB: 1,5 KG
5,33€/KG
UND.

**meu
super**

CANIÇAL
MORADA:
R. DO S.º SEBASTIÃO 9,
9200-039 CANIÇAL

PRAZERES
MORADA:
CAMINHO DO LOMBO DA ROCHA Nº99

CANHAS
MORADA:
ESTRADA DOS SALÓES - SERRADO E
COVA Nº 3, EDIFÍCIO FLOR DO SOL R.C
FRACÇÃO 2

GAULA
MORADA:
ESTRADA SÃO JOÃO, EDIFÍCIO VIEIRA

SANTA CRUZ
MORADA:
RUA S.º JOSÉ Nº19

BOM SUCESSO
MORADA:
ESTRADA DA BOA NOVA, Nº15,
9006-001 FUNCHAL

SÃO VICENTE
MORADA:
SÍTIO DO SARRAMAGO S/N

PORTO MONIZ II
MORADA:
R. DO LUGAR 31, 9270-156 PORTO MONIZ,
PORTUGAL

ESTRELA DA CALHETA
MORADA:
ESTRADA REGIONAL 222,
EDIFÍCIO TRÊS ESTRELAS Nº668

MACHICO
MORADA:
EDIFÍCIO FANQUE, RUA MANUEL
PASCOS Nº 38 E 40 LOJA E 9200-134
MACHICO PORTUGAL

CENTROMAR
MORADA:
RUA DA FONTE DA CRUZ,
CENTRO COMERCIAL LOJA 38

Os preços indicados correspondem aos Preços de Venda ao Público Máximos (PVPMáx) determinados para este folheto da rede de Franquia Meu Super. O presente folheto é aplicável aos Meu Super aderentes pelo período de 28 de maio a 6 de junho de 2026, salvo rutura de stocks ou erro tipográfico. Adereços não incluídos. Responsável pela impressão: Modelo Continente Hipermercados, S.A. - Rua João Mendonça nº 505 - Senhora da Hora - 4464-503 Matosinhos, Matriculada na C.R.C. do Porto sob. O nr 502011475/ NIPC: Capital Social: 385.827.000,00€.